

The Effect of Explosive Muscle Limb Ability, Speed and Agility to the Speed of Crescent Kick of The Pencak Silat Athlete in Persaudaraan Setia Hati Terate of Pekanbaru

Tofikin⁽¹⁾, Damrah⁽²⁾, Erizal Nurmai⁽³⁾

- (1) Universitas Negeri Padang
- (2) Universitas Negeri Padang
- (3) Universitas Negeri Padang

Abstract

The problem in this research is not achievement toward Pencak Silat of The Fraternity of Setia Hati Tertate In Town Pekanbaru. This method of learning directly uses the Path Analysis method. Data were collected by tests and measurements. For explosive leg muscle use a vertical jump test, for speeds using a 20-meter speed test, for agility using bounce run tests and for sickle-kick speeds. The results and data analysis showed that: (1) limb muscle explosive effect directly and significantly to 48,4% crescend rate. (2) The velocity directly and significantly affect the speed of the sickle kick at 32.1%. (3) agility had a direct and significant effect on the sickle-kick rate of 47.9%. (4) Limb muscle explosive effect directly and significant effect on agility 41,6%. (5) the speed directly and significantly affect the agility of 57.0%. (6) limb muscle explosive power indirectly affect the sickle-kick speed through agility of 57.3%. (7) the velocity indirectly affect the speed of the sickle kick through agility of 27.7%. (8) Limb muscle explosiveness, velocity and agility affect simultaneously to sickle-kick rate of 71.2%

Keywords

Limb muscle explosive power, speed, agility, the speed of crescent kick

References

- Adria Afiana (2013). Kontribusi panjang, kelentukan, dan daya ledak otot tungkai terhadap tendangan sabit pencak silat. Di unduh pada tanggal 27 januari 2018 dari <https://www.google.co.id>
- Agus. 2012. Olahraga Kebugaran Jasmani Sebagai Suatu Pengantar. Padang. Suka Bina Pres
- Ariana kurnia Dewi (2014). Kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap tendangan sabit pada atlet pencak silat putra 12-14 tahun. Vol. 2. NO. 1. Tahun 2014, hal 158-163. Di unduh pada tanggal 27 januari 2018 dari <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id>

Bafirman. 2008. Buku Ajar Pembentukan Kondisi Fisik. Padang. UNP

. 2008. Pembentukan Kondisi Fisik. Padang. Wineka Media

Cahnio Wijaya Kuswanto .2016. Pengaruh latihan sprint di pasir dan sprint di tempat keras terhadap kecepatan tendangan sabit kategori tanding. Vo. 12. No.1. tahun 2016. Di unduh pada tanggal 27 januari 2018 <https://www.google.co.id>

Fani Marlianto.2017. Analisis tendangan sabit pada perguruan tapak suci dikota Bengkulu. Di unduh tanggal 30 maret. <https://www.google.co.id/search?q>

Fahrizal. 2010. Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai, Keseimbangan Dan Kecepatan Tendangan Lurus Kedepan Olahraga Pencak Silat. Diunduh tanggal 27 januari 2018. <https://www.google.co.id>

Hariyadi. 2003. Teknik Dasar Pencak Silat Tanding. Jakarta. Dian Rakyat

Kadir. 2015. Statistika Terapan. Jakarta. Grafindo Persada

Kamarudin. 2014. Pengaruh Metode Berbeban Terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Pada Atlet Pencak Silta Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Islam Riau. Diunduh 30 Maret 2018. <https://www.google.co.id>

Kriswanto. 2015. Pencak Silat. Yogyakarta. Pustaka Baru Press

Kurniawan dan Mylsidayu. 2015. Ilmu Kepeleatihan Dasar. Bandung. Alfabeta

Lubis dan Wardoyo. 2014. Pencak Silat. Jakarta. RajaGrafindo Persada

Marsono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif. Jakarta. IN MEDIA

Muhammad Arfan. 2011. Hubungan antara kekuatan otot tungkai dan kelentukan tungkai dengan kecepatan tendangan sabit pada olahraga pencak silat siswa SMK Negeri 2 Belopa Kabupaten Luwu. No. 2. Tahun 2011. Di unduh tanggal 26 Januari 2018 dari <https://www.google.co.id>

Naharsari. 2003.Olahraga Pencak Silat. Jakarta. Ganeca Exact

Singgih. 2015. Hubungan Power Otot Tungkai dan Kecepatan Lari Terhadap Kecepatan Tendangan Pinalti. Diunduh pada tanggal 2 April 2018. <https://www.google.co.id>

Sugiono. 2012. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung. Alfabeta

Suwirman. 2011. Teknik Dasar Pencak Silat. Padang. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Syafrudin. 2013. Ilmu Kepeleatihan Olahraga. Padang. UNP PRES

Syafrudin. 2005. Pengantar Ilmu Melatih. Padang. UNP

Undang-Undang Republik Indonesia No.3 Tahun 2005, tentang Sistem Keolahragaan Nasional

Widiastuti .2015. Tes dan Pengukuran Olahraga. Jakarta. Rajawali Pers